

ほけんだより 7月号

令和6年7月1日
中妻子供の家保育園
看護師 みどりかわ

本格的な夏がはじまります。特に未満児さんは代謝がとても活発で、体温調節の機能が未熟なため、汗をかく季節には水分補給が大切です。こまめな水分補給を心がけましょう。

夏の肌トラブル

蚊

に刺されたとき

大人が蚊に刺されるとすぐにはれ、じきに治まります。ところが、小さな子どもは、刺されてしばらくたってから、びっくりするほど大きくはれて水ぶくれができることもあります。かき壊さないよう、早めに手当てしましょう。

ケアは

- 刺されたところを水で洗い流します。
- かゆみ止めを塗ったり、ぬらしたタオルやハンカチで包んだ保冷剤などを当てたりして、かゆみをやわらげます。

あせも

ができたとき

汗を分泌するところに、汗やほこりなどがつまって炎症が起こった状態です。汗をかきやすい部位に赤い小さなポツポツがたくさんできて、かゆくなります。

ケアは

シャワーなどで汗をよく洗い流します。外出先などでは、汗の成分が皮膚に残らないよう、ぬらしたタオルで汗をふき取りましょう。

予防は

汗をよく吸い取る綿の肌着やシャツを着せましょう。

とびひ

ができたとき

皮膚をかきむしって傷ができたところに、細菌が感染して、ジクジクした湿しん（とびひ）ができます。とびひは感染力が強いうえに、ひどくかゆいため、かいた手で体のほかの部分に触ると、そこにも湿しんが広がります。

肌トラブルを防ぐために

- 皮膚を傷つけないようにつめを短く切る
- かゆみをやわらげるように冷やす、かゆみ止めを塗る
- 治りが遅い、広がった、湿しんが変化したときは、小児科や皮膚科を受診

ケアは

シャワーを浴び、皮膚の清潔を保ちます。かき壊して広がる、周りに感染するのを防ぐためにガーゼなどで保護することがあります。

治療は

抗菌薬の塗り薬を使います。よくならないときは抗菌薬の内服をします。

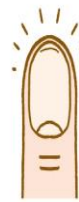
水遊びが始まります

園では、気温などを見ながら、安全に配慮して水遊びを始めます。水遊びは、意外と体力を消耗するため、夜は早めに寝かせるなど、疲れを残さないようお願いいたします。園でも子どもの体調をよく見ていきますが、朝、体調の悪いときは職員に伝えてください。



「いつもとちがう」
ことがあったら
お知らせください!

下痢などの体調不良はもちろん、朝起きたときのきげん、顔色、食欲など。



つめは短く切ってください!

つめが伸びていると、引っかかってけがをしたり、お友達をひっかいてしまったりと、思わぬけがを招きます。

また、水遊びが始まる前に、水いぼ、とびひなどの皮膚の病気や結膜炎、中耳炎など目・耳・鼻の病気が疑われたら早めにお医者さんに相談しましょう。子どもたちが安全に水遊びを楽しめるようご協力をお願いします。



●～内科健診・歯科健診終わりました～

登園のご協力ありがとうございました！
歯科健診でむし歯のあったお友だちは、**早めの治療をおすすめします。**
むし歯がなかったお友だちも、引き続きはみがきをがんばりましょう。



●予防接種について

個人面談時に未接種の予防接種について案内しました。体調のよい時に受けることをおすすめします。また、予防接種を受けた際はお知らせください。



●園でのお薬依頼について（お願い）

間違い防止のため、薬・ジッパー付袋等、**すべてのものに組・名前の記入**をお願いします。

